

# Preventiewebsites voor jongeren

Suzan Oudejans\*

Er is een overvloed aan websites die jongeren voorlichten over alcohol- en drugsgebruik of hen ondersteunen bij een verstandige omgang hiermee. Veel instellingen voor verslavingszorg hebben een eigen website, waarvan sommige zeer aantrekkelijk zijn. Een aantal van de instellingswebsites - die vooral gericht zijn op het informeren en aantrekken van eigen cliëntèle - kwam al eerder aan de orde. Daarom concentreren we ons hier op meer algemene preventiegericht websites (die overigens vaak wel opgezet zijn en onderhouden worden door instellingen, echter met als doel het informeren en voorlichten en niet het informeren en aantrekken van cliënten). Zonder volledigheid te pretenderen heeft uw redacteur er een aantal bezocht en op bruikbaarheid en aantrekkelijkheid beoordeeld.

## Algemene sites

Drankendrugs.nl is de website van Tactus Verslavingszorg en is specifiek gericht op jongeren. De aantrekkelijk

vormgegeven website bevat testen, filmpjes, nieuwsberichten en persoonlijke verhalen, en biedt de mogelijkheid tot chatten (van 13.00-17.00 uur, hoewel dit bij een test om 16.45 uur niet mogelijk bleek). Drugsweb.nl biedt tamelijk algemene informatie over middelen en hulpverleners aan jongeren. De website is opgezet door Context, de preventieafdeling van de ParnassiaBavo Groep. De vormgeving laat echter wat te wensen over: er wordt maar een zeer kleine ruimte van het scherm benut en het navigeren verloopt vrij onrustig, door allerlei verschuivende menu's. En ... geluidseffecten bij het klikken kunnen echt niet meer!

## Online-interventies

Cannabisenik.nl en Alcoholicenik.nl zijn online-trainingen die ontwikkeld werden door Sprink, onderdeel van BoumanGGZ. De trainingen zijn anoniem en gratis en je kunt bij aanmelding kiezen voor een variant met en zonder e-coach. De site bevat een zelftest, waarvan de resultaten met een kort advies meteen beschikbaar zijn (op het scherm en per e-mail). Watwiljijmetwilt.nl is een website die gericht is op informatievoorziening van jongeren over cannabis en hen

\* Dr. S. Oudejans is onderzoeker bij onderzoeksbureau Mark Bench en gast-onderzoeker bij het Academisch Psychiatrisch Centrum van het AMC, beide te Amsterdam. E-mail: suzan.oudejans@markbench.nl.

bewust te maken van het eigen gebruik. Doelstelling is jongeren tevens te motiveren tot gedragsverandering, als dit nodig blijkt. De website bevat een zelftest en linkt door naar de zelfhulpmodule Cannabisdebaas.nl. De website is ontwikkeld door Tactive (onderdeel van Tactus Verslavingszorg).

### **Opvoedingsondersteuning**

Hoepakjijdataan.nl, met als ondertitel 'Hoe help ik mijn kind nee zeggen tegen roken, drinken en blowen', is door het Trimbos-instituut en STIVORO opgezet, met als doel het ondersteunen van ouders bij de opvoeding wat betreft middelengebruik. De site bevat filmpjes waarin situaties worden nagespeeld over uitgaan, vakantie, de overgang naar het voortgezet onderwijs en feestdagen. Er zijn tevens opvoedingstests en casussen. Onderdeel van Hoepakjijdataan.nl zijn vier websites gericht op verschillende middelen: Uwkindenroken.nl, Uwkindenalcohol.nl, Uwkindenblowen.nl en Uwkindenseks.nl. De website linkt ook door naar de online-cursus Pratenmetuwkind.nl voor ouders die ondersteuning zoeken voor gesprekken met hun kinderen over roken, alcohol en blowen.

### **Uitgaan en drugs**

Drugsenuitgaan.nl is een website voor consumenten van uitgaansdrugs. Doel is niet het voorkomen van gebruik, maar het beperken van schade door gebruik. Hoewel de hoofdboodschap van de website is dat veilig gebruik van alcohol of drugs niet kan, geeft deze tips om de risico's te verkleinen. De website is ontwikkeld door het Trimbos-instituut, in samenwerking met een aantal instellingen

en de Stichting Educare (in preventiekringen voornamelijk bekend van het product 'Eerste hulp bij drugsongevallen'). Ook deze website kent voorlichting: over de middelen zelf en over hoe je deze zo veilig mogelijk kunt gebruiken. Daarnaast zijn er tests wat betreft kennis, gebruik en uitgaan, waarvan de resultaten zeer aantrekkelijk teruggekoppeld worden, met sterke punten (onder de kop 'Dit doe je goed') en minder sterke punten ('Pak hier je winst' en 'Werk aan de winkel!'). Ook aardig is de uitgebreide lijst met links naar andere sites over alcohol en drugs.

Een andere site gericht op drugs en uitgaan is de - iets minder aantrekkelijk vormgegeven - website Unity.nl, van het peereducatieprogramma dat in 1996 van start ging als initiatief van de Jellinek in Amsterdam. In het programma werkt men met mensen uit de dancescene samen, om schade door alcohol en/of drugsgebruik te minimaliseren. 'Peer-educators' zijn aanwezig op dance-evenementen en geven informatie en advies over het gebruik van alcohol en andere uitgaansdrugs. Inmiddels is Unity ook actief in andere steden en regio's, zoals Den Haag, Rotterdam, Utrecht, Gelderland en Noord-Holland. De website is een mix van informatie voor en over 'peers' en over middelengebruik. Dat laatste is indrukwekkend: over bijna dertig middelen is zeer uitgebreide informatie beschikbaar. Die informatie varieert van een gedetailleerde omschrijving van de samenstelling en herkomst van het middel, tot aan wetgeving, gebruikswijze, risico's, combigebruik en tips voor veilig gebruik. Vooral hiermee blinkt de website uit; zonder dat was de aantrekkelijk-

heid beperkt en was de website voornamelijk geschikt voor jongeren die erover denken 'peer-educator' te worden.

### **Tot besluit**

Zoals gezegd, is dit overzicht verre van volledig; vooral online-interventies komen er bekaaid vanaf. Deze zijn vaak in combinatie met zelftests beschikbaar (voor een indruk zie mijn bijdrage in nummer 2008/3). De lijst geeft wel aan

dat er erg veel aanbod is, waarbij het de vraag is in hoeverre de websites zich wat betreft inhoud van elkaar onderscheiden. Aangezien de meeste hiervan zijn opgezet door instellingen of instituten, is het wellicht zinnig de krachten te bundelen en een beperkt aantal (wat betreft informatie volledige) websites op te zetten, zodat de sector zich op internet kan profileren.